



## Rindersteak a la Vincent Klink mit Spaghetti Pesto

### Zutaten: (2 Personen)

800 g gutes Rindfleisch aus dem Bug  
Dijon Senf  
Mehl  
1 Zwiebel  
3 Zehen Knoblauch  
Salz (Fleur de Sel)  
Pfeffer aus der Mühle oder gemörsert  
2 EL. saure Sahne  
4 EL. Weißwein  
Petersilie  
250-350 gr. Spaghetti

### Pesto Sauce:

1 Bund Basilikum, gezupft  
120 ml Olivenöl  
1 Zehe Knoblauch, gepellt, klein  
60 g Parmesan, frisch gerieben oder Grano Padano  
30 g Pinienkerne, geröstet



[www.wielandshoehe.de](http://www.wielandshoehe.de)

### Zubereitung:

Das Rindfleisch in 3 cm dicke Steakscheiben schneiden. Die Steaks auf einer Seite 1-2 mm tiefe Schnitte einschneiden und in diese den Dijon-Senf einmassieren. Die Schnittseite danach wie ein Butterbrot mit dem Senf einstreichen und diese Seite in Mehl legen.

Die so vorbehandelten Steakscheiben in die vorgeheizte Pfanne geben, in der auch schon fein geschnittene Zwiebeln und der fein geschnittene Knoblauch glasig gedünstet wurden.

Gut mit Pfeffer und Salz würzen und dabei zuerst die Mehlseite anbraten und darauf achten daß das Olivenöl heiß ist und jede Seite maximal 3-4 Minuten gebraten wird, sonst wird das Rindfleisch trocken und hart. Medium ist das Ziel. (im Backofen können die Steaks bei 120 Grad warm gehalten werden)

Die Spaghetti kochen.

Die Pesto Sauce kann entweder mit Hilfe von gekaufter Pesto-Sauce bereitet werden (Mehlschwitze mit Gemüsebrühe als Grundlage) oder traditionell hergestellt werden.

### Traditionale:

Basilikum, Olivenöl und Knoblauch im Mixer, **Mörser** oder mit dem Pürrierstab zerkleinern. Dann die gerösteten Pinienkerne und den Käse zufügen und noch einmal gut durchmischen. Gegebenenfalls abschmecken und mit Salz und Pfeffer noch etwas nachwürzen.

Das Pesto hält sich gut verschlossen mit einer Schicht Olivenöl im Kühlschrank gelagert mindestens einen Monat.

